

山行報告

■高御位山縦走（JR 曾根～JR 宝殿）

- 日 程：2月20日(日)
- 参加者：A班 L森本 SL上田 生永 小田 乙坂 木下 坂本 佐野 澤田(律)
B班 L野村 SL島谷 西川 春本 福原 藤原(浩) 矢根 吉村
- 行動記録：JR 曾根駅 8:50 発～豆崎登山口(9:00 着)～地徳山(10:00 着)10:05 発～百間岩(10:15 着)10:20 発～高御位山(12:00 着)12:30 発～北山分岐(13:30 着)～辻登山口(14:10 着)14:20 発～JR 宝殿駅(15:00 着)

◆景色を楽しみながら高御位縦走

小田

2回目の豆崎から辻までの縦走です。前回は一昨年9月残暑厳しく熱中症に注意しながら、ヘトヘトで苦しい山行でした。今回は2月下旬なのに真冬並みの寒さでしたが、景色を楽しみながら縦走出来ました。

「今年も出来る限り山行に参加して長距離を歩けるようにする」と目標を決めたのに、オミクロン株の急激な感染拡大で新春トレ以降ほとんどの山行が中止になり非常に残念です。この山行も3日前までは、雨の確率が高い予報だったので、中止になるのではと心配していたが、前日リーダーより「夜半には雨が止むようなので実施する。」と連絡がありホッとしました。

朝は日が差して風もなく、すぐそこまで来ている春を感じながら豆崎登山口から17名で縦走開始。歩けば汗ばむぐらいの陽気で経塚山古墳跡で衣服調整のため立ち止まると“アレ!!変です。”高森ボランティアで設置した道標が違う方向を指しています。コンクリート土台で、簡単に動くはずが無いので、誰かが悪戯で変えたとしか考えられません。ヨイショ!と持ち上げましたが私の力では動きません。Sさんがヒョイと持ち上げ正しい位置に戻してくれました。



百間岩で元気な笑顔で集合写真を撮った後岩登りです。脚力の無い私は、手を使いヨイショ!登りきった所で、振り返るとピンク色のハローキティ新幹線が走っているのが見え、西には姫路の市街地が広がり姫路城もくっきりと見えていた。眼下の市ノ池公園、鹿島神社から遠くの家島等の景色を楽しみながら、まだまだ遠くに見える頂上の反射板を目指す。山頂に近づくにつれ、天気が変わってきてピューピュー冷たい風が吹いてきた。山頂には予定通りのペース

で12時に到着。なるべく風除け出来て、日が当たる場所を探して昼食を取る。最近、同期ではカップライスが人気のようで、夫々好きな味を楽しんでいました。

午後から曇り空になりさらに冷たい強風に見舞われる。帽子が何度も飛びそうになり、休憩すると寒さに震えていた。でも、振り返ると今日歩いて来た地徳山から高御位の稜線をぐるりと見渡すことが出来、縦走の醍醐味を満喫。さらに東に歩いていくと眼下には高砂、加古川の街並みや播磨灘が近くに見え、その先には明石海峡大橋、淡路島が霞んで見えた。辻登山口に下りる頃には、雪がチラチラ舞って来て天気が目まぐるしく変わった一日でした。

稜線沿いに歩くにつれて風景が回っていくのが楽しめて飽きることがなく、何度でも歩きたいと思うコースでした。一人では歩けないけれど皆さんと一緒にだったから完歩出来たと思います。リーダーはじめ皆さん有難うございました。

◆高御位縦走

福原

歩行距離約11km、歩行時間6時間と新春トレ以降何もトレーニングをやっていない私にはまたまた挑戦となりました。

前日までは寒い日が続いていましたが、朝は風もなく穏やかな気候で豆崎登山口から登っていく途中から汗が出るほどでしたが、地徳山に着くころには風が吹いてきて今度は少し寒くなり上着をきました。

次の百間岩はいつも下りばかりで登るのは昨年らくだコース（前半）で初めて登り今回で2回目になります。前の人の跡を辿り何とか登りました。鷹ノ巣山、桶居山分岐を通り高御位神社で予定通り12時となり同期が集まり楽しい昼食となりました。

この後、北山奥山、辻登山口までは初めて通るコースで楽しみにしていました。途中



に米相場の看板を見つけると西川さんに、昔この場所で米相場などの情報を伝える旗振り信号跡であると教えてもらい、へえ〜ここで情報を伝えていたのかと感心し家に帰ってから調べると、なんと大阪から神戸まで3分、岡山までは15分熟練した人が旗振りをした場合の通信速度とのことでした。また西神吉町辻の北側には太閤岩があることも知りました。秀吉が志方城を攻めた時、ここに本陣を置き、岩に腰をおろして軍兵の采配をとっていたと言い伝えられているそうです。（実は秀吉は志方城の戦いに参戦していない説も有るとやら？）

いつものことながら山遊会に入ってから、地元の歴史を知り感心するばかりです。

空を見上げると、朝とは打って変わって曇天から雪雲になり、とうとう雪がパラつきどうなるかと思いましたが、下山したころには雪も止みホッとしたのと同時に、辻登山口に無事に下りてきたとの思いと、この場所に出てくるのか？と思いながら宝殿駅まで歩きました。

高御位山には3年程登っていましたが、新たな登山道をまた一つ覚えました。

■蘇武岳

<アルプ>

- 日 程：3月2日(水)
- 参加者：L竹内 SL三木(悦) 尾内 笹木 須増 谷口 平井 福田
- 行動記録：駐車場8:40 発～登山口(8:42 着・ストレッチ)8:47 発～四合目(10:40 着)10:45 発～馬瀬 12:10～蘇武(13:20 着)13:30 発～東屋付近(13:50 着・昼食)14:30 発～馬瀬 14:40～四合目 15:35～登山口(16:40 着・ストレッチ)16:55 発～駐車場(17:00 着)

◆しんどいけれど やっぱり楽しい雪山登山

福田

蘇武岳？はじめて聞く山です。ワクワクしながら申し込みしました。でも、毎回雪山のときは準備に悩みます。クローキングはどうしよう？アイゼンは6本爪？10本爪？雪山用のスパッツはどこ？年に数回の貴重な登山には事前の道具類のチェックも忘れずに(笑)雪山ではおにぎりも凍ってしまう寒さ。サーモス山専ボトルも一度熱湯で温めてからお湯をいれる念の入れようです。

高速を降り道の駅村岡まで行くと畑や屋根もすっぽりと雪に覆われています。駐車場で準備を済ませ、いよいよスタートです。

スタートしてすぐに登山靴が埋もれるほどの雪。リーダーからわかん装着の指示が出ます。ルートは私達の前に山へ入った方がいるようで、スノーシューのトレースがあり良い目印になります。

4合目の道標を越したあたりから馬の背までラッセルぎみのハードな急登です。先頭を歩かせてもらっていたので、ハアハアと喘ぎながらひたすら登る！わお～アドレナリン放出！この感じ六甲全山縦走と同じだ。気持ちいい！

馬の背を越すと雪底の張り出した狭い稜線歩きです。地図上ではもう少しの距離ですがなかなか山頂が見えてきません。時折 雲が切れ周囲の山や登ってきたルートを眺めることができ気持ちを和らげてくれます。白銀の世界は本当に綺麗です。

13:20 やっと山頂に到着。立ち止まるとすぐに身体が冷え始めます。早々に記念撮影をし、風の防げる場所を探して昼食です。温かいものを食べると生き返ります。



さあ！あとは下山。これまで朝から5時間以上わかんを付けての登山。脚にも疲れが出てきました。自分のわかんを踏んで転ばないように気をつけながら3時間ほどでスタートした駐車場まで戻ってこられました。やっぱり雪山は疲れるけどたのしいなあ。参加できてよかった。

今回一緒してくださったメンバーの皆様、車出しくださったHさんTさん、リーダーさん大変お世話になりました。ありがとうございます。



■上郡アルプス

- 日 程：3月5日(土)
- 参加者：A班 L島谷 SL尾内 兼本 澤田(律) 瀧原 田中(重) 徳本 苦瓜 橋本(健)
B班 L春本 SL野村 上田 小田 香川 高島 田中(由) 中村 本田
- 行動記録：上郡駅(8:34着)～登山口(コープ上郡・横) 9:15発～生駒山(9:50着) 10:00発～大鳥山(10:30着) 10:35発～鍛冶山(10:50着)～船谷山(11:00着) 11:05発～鳳凰山(11:30着) 12:00発～船谷山(12:25着) 12:30発～鍛冶山(12:45着)～大鳥山(12:55着) 13:05発～大観峰(13:20着) 13:25発～小美女平(13:35着) 13:40発～羽山(14:20着)～下山口(丹東公民館横)(14:45着) 14:50発～JR上郡駅(15:00着)

◆上郡アルプス

兼本

上郡アルプスは、10年程前から地元の山グループの尽力により整備されてきた駅近の縦走コースであり、近年大人気だそうです。

当日はJR移動であり、私は網干から西は乗車経験が無いので楽しみにしていたところ、相生駅を出てすぐの線路脇で鹿を目にしました。

登山口は、上郡駅から北へ歩いて15分程の「コープ上郡」の側にあり、大変整備された登山道が生駒山(地元では駒山)へと続いています。途中で登山道清掃中の方々と出会い、この整備ぶりに納得。「本丸まで700m」の案内板の前を通り、岩場の「馬の蹄跡」を過ぎると駒山城本丸跡(260m)に着いた。勿論「跡」で建物類は一切ありませんが、かつて中世の播磨守護の赤松則村(円心)が築いた城跡です。



本丸跡から更に二の丸跡の間には敵の侵攻を止める土塁跡等を確認。その後、二の丸跡から急斜面の下り、登り返しを経て大鳥山(280m)へ。圭介くんキャラの出迎えを受けたことから、この山名は上郡の偉人・大鳥圭介(漫才の鳳啓助ではない)に因んでいるのでしょうか。千種川が緩やかに蛇行しているが見える。

本日の私達の折り返し点は鳳凰山なので先を急ぎ、鍛冶山(277m)、船谷山(218m)を経て五つ目のピーク鳳凰山(310m)着。ここで昼休憩を取る。頂上には他のグループもいなく、見晴らしも良くゆっくりできました。

12時、鳳凰山を出発し船谷山、鍛冶山を経て、分岐点の大鳥山へ戻る。ここから南にルートを取り、大観峰(280m)へ。このルートはネーミングが面白い。その後、少しきつめの下りを行って、小美女平(200m)着。尾根伝いに最後のピーク羽山(192m)へ。この先はルートが少しわかり難い所もありますが、落ち葉の絨毯を踏みしめて、15時前に下山口着。約6時間の縦走でした。

さて、今回パーティ自体は順調に進みましたが、私自身は帰路の鍛冶山辺りから脚の筋肉が泣きを入れ始め、大観峰以降ではかなり難儀しました。思うに、今回の山行は低山ではありま

すがアップダウンの頻度やきつさの点で運動量はなかなかのものであった上に、気温上昇もあり、この時期としては珍しくかなりの汗をかき、結果、軽度の熱中症が原因と思われます。「なめたらあかん、上郡アルプスなめずに 塩なめよ」Sさんサポートありがとうございました。

リーダーほか同行の皆さん、次回は地元の特産品のモロヘイヤを練りこんだうどんの「円心モロどん」を食べましょう。

◆上郡アルプス

田中(由)

梅が満開で好天の日、久しぶりの山行に不安もありながら楽しみに参加しました。

暖かい陽射しに背中を押されながら登山口へ・・・。

登る途中に岩場のヤングコース（A班）と迂回するシルバーコース（B班）の二手に分かれ、馬の蹄跡や荷置岩を経て頂上直下の急登に息も上がり気味に生駒山、駒山城跡へ。

集合写真、休憩の後、山城（白旗）特有の断崖絶壁で此処からが本当の登山の始まりで、標高は200～300m位でしたが急登・急下降でロープ有りの連続でした。

少し急ぎ気味に歩き船谷山へ11時に着けたので目標の鳳凰山へ歩を進めました。

鳳凰山でゆっくり昼食をすませ大鳥山分岐まで折り返し足場の悪い急下降を慎重に進み、無事下山出来て良かったです。

以前に登った新竜アルプスを想定して参加した事が反省あるのみでした。

参加者の皆さま色々お世話になりありがとうございました。



■高森ボランティア活動

- 日 程：2月19日(土)
- 集 合：午前9時・ウエルネスパーク駐車場
- 参 加 者：阿久津 内海 小田 佐々木 島本 荘所 砂川(延) 春本 藤原(千) 待場 三木(悦) 村上
- 作業場所：相ノ山東斜面のトラバースルート
- 作業内容：斜面のトラバースルート上面の草刈り作業

報告：荘所

作業場所は平荘湖青少年野外活動センター東の駐車場から飯盛山へ上がる途中の相ノ山、飯盛山へのトラバースルート南斜面の雑草、雑木を刈る作業を行った。

土曜トレの際に、この斜面のツツジの綺麗に咲いた花を見たいとご夫婦で草刈りをしている場面に遭遇し、我々もお手伝いしたいと伝えていたので、今回、高森ボランティアで行ったところ です。

このトラバースルート斜面にはツツジの木がたくさんあるが、草に覆われていて、草とツツジの木が背比べの状態、ツツジの木の下の草が無くなるとツツジも大きく成長して、もうすぐ美しい花を見せてくれることを期待している。

参加者は12名で、途中から5名の方は飯盛山の東斜面下にある滝を探しに行きました。雨がこの時期少なかつたこともあり水量は少なかつたようだ。

